

Прием пищи	Раздел меню	Блюда	Вес блюда, г	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	№ рецептуры	Цена
Завтрак 2 завтрак	гор.блюдо	каша пшенная молочная	165	5,67	10,33	26,94	220	у127	10,68
	гор.напиток	какао с молоком	200	4,9	5	32,5	190	у149	8,7
	хлеб	бутерброды с сыром	35	4,7	7,9	7,3	123	м003	7
	фрукты	бананы	100	1,5	0,5	21	95		17,9
		<i>итого</i>		500	16,77	23,73	87,74	628	
Обед	закуска	салат из моркови с сахаром	60	1	2	7	52	У007	5,08
	1 блюдо	борщ с капустой и картофелем	200	2	6	11	106	М110	18,60
	2 блюдо	фрикадельки "Петушок"	90	13	15	8	222	У081	35,73
	гарнир	макаронные изделия отварные	150	5	6	35	221	У097	13,74
	напиток	компот из смеси сухофруктов	180	1	0	28	112	У153	5,45
	хлеб бел.	хлеб пшеничный	20	2	0	7	40		2,27
	хлеб черн.	хлеб ржано-пшеничный	20	2	0	8	39		2,34
полдник		сырники из творога с молоком сгущенным	125	6,34	7,2	22,68	281,1	143	17,44
		чай с сахаром	150	0,2		14	56,8	261/2013	2,28
		<i>итого</i>	995	32,1	37,73	141,13	1129,9		102,93
Итого за день:			1495	48,87	61,46	228,87	1757,9		147,21